Speiseplan vom 25.03.2024 - 29.03.2024 KW: 13

Senden Sie Ihre Bestellung bis zum 18.03.2024 per Email an: Essensmeldung@delme-wfbm.de

	Montag, 25.03.2024	Dienstag, 26.03.2024	Mittwoch, 27.03.2024	Donnerstag, 28.03.2024	Freitag, 29.03.2024
Menü 1	Kartoffel- Reibekuchen a, a1, c (5 Stück) Apfelmus 2	Matjes Heringsfilet 52, d, g, 1 (2 Stück) Sahnestipp c, j, 2, 4, 12 Kartoffeln	Vege. weiße Bohnensuppe i, 2 Brötchen a, a1, a2, a3, c, f, g, 59, k	Hackklopse 20, S1 (3 Stück) Kapernsoße g, 2 Kartoffeln	Karfreitag Kein Mittagessen
	160 kcal; 2,5 g Eiweiß; 7,3 g Fett; 19,9 g KH	135 kcal; 5,1 g Eiweiß; 8,9 g Fett; 8,3 g KH	110 kcal; 3,8 g Eiweiß; 2,1 g Fett; 17,6 g KH	113 kcal; 4,3 g Eiweiß; 5,5 g Fett; 11,4 g KH	
Menü 2	Penne Nudeln mit Paprika in Tomaten Sahnesoße a, a1, g	Blumenkohl- Brokkoli- Kartoffel Auflauf 52, g, 2, 12	Kartoffeltasche 52, g (3 Stück) Kräuterquark g Kaisergemüse 2, 12	Vegetarische Frühlingsröllchen a, a1, f, i, j (6 Stück) Currysoße g, 2, 12 Reis	
	148 kcal; 3,2 g Eiweiß; 9,0 g Fett; 12,7 g KH	95 kcal; 3,6 g Eiweiß; 4,3 g Fett; 9,5 g KH	128 kcal; 3,5 g Eiweiß; 6,8 g Fett; 12,2 g KH	120 kcal; 2,1 g Eiweiß; 3,1 g Fett; 20,5 g KH	
Menü 3	Vollkornbratling a, a1, a5, 52, c, f, g, k (2 Stück) Kräuterrahm g, 2 Kartoffelpüree g, 12	Hähnchenschnitzel a, a1 Geflügelrahmsoße 2, 12 Kartoffeln	Gemüse Nuggets a1, a3, g sweety Fruchtdip Reis	Paniertes Fischfilet d Tomatensoße 2, 6 Reis	
	138 kcal; 3,5 g Eiweiß; 5,9 g Fett; 17,3 g KH	105 kcal; 6,2 g Eiweiß; 2,7 g Fett; 13,8 g KH	148 kcal; 3,2 g Eiweiß; 4,8 g Fett; 22,5 g KH	140 kcal; 6,6 g Eiweiß; 3,2 g Fett; 20,2 g KH	
Gemüse	Wurzelgemüse i, 2, 12	Blumenkohl 2, 12	Kaisergemüse 2, 12	Süßer Gemüsemais	
	74 kcal; 2,6 g Eiweiß; 3,0 g Fett; 8,1 g KH	64 kcal; 3,2 g Eiweiß; 3,4 g Fett; 4,4 g KH	39 kcal; 1,7 g Eiweiß; 1,1 g Fett; 4,5 g KH	95 kcal; 3,3 g Eiweiß; 1,8 g Fett; 16,0 g KH	
Salat	Maissalat j, l, 2	Gartensalat	Möhrensalat 2, 12	Rote Bete Salat j, l, 2, 4	
	67 kcal; 2,2 g Eiweiß; 1,8 g Fett; 10,1 g KH	3 kcal; 0,2 g Eiweiß; 0,1 g Fett; 0,5 g KH	66 kcal; 1,0 g Eiweiß; 1,7 g Fett; 11,3 g KH	48 kcal; 1,2 g Eiweiß; 1,5 g Fett; 6,5 g KH	
Rohkost	Rohkost Knabberbox	Rohkost Knabberbox	Rohkost Knabberbox	Rohkost Knabberbox	
	20 kcal; 1,2 g Eiweiß; 0,2 g Fett; 3,1 g KH	20 kcal; 1,2 g Eiweiß; 0,2 g Fett; 3,1 g KH	20 kcal; 1,2 g Eiweiß; 0,2 g Fett; 3,1 g KH	20 kcal; 1,2 g Eiweiß; 0,2 g Fett; 3,1 g KH	
Dessert	Obstkorb	Stracciatellajoghurt g	Obstkorb	Zitronenpudding g	
	48 kcal; 0,5 g Eiweiß; 0,1 g Fett; 10,9 g KH	127 kcal; 3,9 g Eiweiß; 5,9 g Fett; 14,5 g KH	48 kcal; 0,5 g Eiweiß; 0,1 g Fett; 10,9 g KH	118 kcal; 2,8 g Eiweiß; 3,4 g Fett; 18,5 g KH	

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (52) Laktose, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (59) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (j) Senf und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (l) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben (1) mit Konservierungsstoff, (2) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Süßungsmittel, (6) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff, (20) mit Eiklar, (S1) enthält Schweinefleisch

Die Nährwertangaben sind pro 100 g/ml

Tel. 04241 9301 - 4080
www.delme-wfbm.de/gemeinschaftsverpflegung

Änderungen unter Vorbehalt